

Дудолодова А.В.

Харківський національний університет імені В.Н. Каразіна

Особливості емоційної сфери особистості перекладача у професійній діяльності

Питання організації роботи сучасного фахівця, ефективності його праці та ділового життя привертають сьогодні все більше уваги. Дослідники, серед іншого, занепокоєні проблемами емоційної сфери, емоціогенними чинниками дезорганізації професійної діяльності працівників та синдромом вигорання фахівця [1,2,3,4].

Перекладачі, як представники суспільної професії, також знаходяться під впливом вищезазначених чинників. Тому особливості емоційної сфери особистості перекладача потребують детальнішого вивчення, а теоретичні напрацювання – практичного впровадження до процесу професійної підготовки.

Відомо, що емоційна сфера – це чуттєва, пристрасна сфера психіки, в якій виникають і живуть емоційні феномени: емоції та почуття індивіда, емоційні реакції, емоційні властивості та стани. Емоційна сфера психіки – це своєрідна форма віддзеркалення дійсності індивідом у вигляді відображення його став-

лення до дійсності, що пов'язано з поширенням на весь організм збудження, яке викликається активною реакцією суб'єкта [2, с.239-240]. Це поняття безпосередньо пов'язане з гігієною праці фахівця, зокрема, перекладача. Аби зрозуміти особливості професійної діяльності перекладача та його емоційної сфери, розглянемо проблеми, з якими перекладач може стикатися в процесі своєї роботи.

Найпоширенішим чинником дезорганізації професійної діяльності не тільки перекладача, а й представників інших професій є стрес. Професійна діяльність перекладача передбачає постійні стреси та емоційне напруження, що рано чи пізно призведуть до емоційної дезорганізації як на діяльнісно-поведінковому, так і на особистісному рівнях. Від перекладачів вимагається гнучкість, вміння узгоджувати свої почуття та дії, здатність долати стрес та контролювати свої імпульси. Стрес – це мимовільна, стереотипна неспецифічна реакція фізіологічного характеру, пов'язана із підвищенням внутрішньої активності, напруги та загальної готовності до реагування [4, с.281]. Найчастіше від стресу страждають усні синхронні перекладачі, що через специфіку своєї роботи мають тенденцію до емоційного виснаження.

Чи не найактуальнішою проблемою професійного життя перекладачів є синдром професійного вигорання як сукупність стійких симптомів, що проявляються у негативних емоційних переживаннях та установках відносно своєї роботи та суб'єктів ділового спілкування [1, с.332]. Зважаючи на те, що ділове спілкування – це саме царина діяльності професійних перекладачів, значення синдрому вигорання навряд чи можна недооцінити. Робота перекладачів пов'язана з використанням власних психічних ресурсів та не від'ємна від соціальних контактів.

Аби попередити виникнення синдрому вигорання, використовуються різноманітні програми, курси, тренінги, що, зазвичай, можуть містити теоретичну інформацію для ознайомлення з феноменом стресу чи професійного вигорання, вправи для формування практичних навичок (моделі поведінки, способи зниження впливу стресогенних чинників) та практичне відпрацювання одержаних навичок в умовах, наближених до реальних. Такий психолого-педагогічний підхід, на нашу думку, є найбільш оптимальним для вирішення проблем професійної дезорганізації.

Дійсно, чимало дослідників стверджують, що емоції мають властивість порушувати цілеспрямовану діяльність, в цьому проявляється їх дезорганізаційна функція (М. Арнольд, Дж. Гассон, Р. Ліпер, М. Прадін). М. Прадін, зокрема, вважає, що ключем до розуміння ролі емоцій, що дезорганізує, може слугувати механізм регуляції, який здійснюється за допомогою почуттів. «Емоція, таким чином, віднімає в суб'єкта, що її відчуває, перевагу в часі та можливість підготовки, заміняє обміркування рефлексом та загалом знижує поведінку на більш низький рівень» [3, с.174].

Емоційна дезорганізація у професійній діяльності дійсно має місце, але єдиної думки щодо цієї проблеми досі немає. Деякі автори (В. Вілюнас) погоджу-

ються з наявністю дезорганізаційної функції емоцій, але тільки з урахуванням певних умов. Це насамперед умови, в яких проявляється та чи інша емоція, а порушення діяльності виявляється не прямим, а побічним проявом емоцій.

Але, незважаючи на всі вищезгадані заходи щодо збереження та покращення професійного здоров'я перекладачів, одним з найсуттєвіших питань у процесі підготовки перекладачів є формування та вдосконалення навичок саморегуляції та самоконтролю. Самоконтроль є одним з проявів свідомої регуляції людиною власної поведінки та діяльності задля забезпечення відповідності їх результатів поставленим цілям, вимогам, що висуваються, правилам, тощо. Самоконтроль розглядається як фундаментальний психологічний механізм забезпечення високої надійності професійної діяльності [4, с.279].

Таким чином, розглянувши такі явища як стрес, синдром професійного вигорання, проблеми самоконтролю та саморегуляції, ми дійшли висновку, що емоційна сфера особистості перекладача є напрочуд складною та вимагає подальшого вивчення у галузях різних наук.

Література:

1. Водопьянова Н.Е. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. – 2-е изд. / Н.Е. Водопьянова, Старченкова Е.С. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
2. Кириленко Т.С. Психология: емоційна сфера особистості: Навч. посібник. – К.: Либідь, 2007. – 256 с.
3. Прадин М. Чувства как регуляторы / М. Прадин// Психология эмоций / Под ред. В. Вилюнаса. – СПб.: Питер, 2008. – С. 167-175.
4. Смирнов Б.А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях. 2-е изд. испр. и доп. / Б.А. Смирнов, Е.В. Долгополова. – Х.: Гуманитарный Центр, 2007. – 292 с.